



* C'est officiel *

Les légumineuses, au cœur des recommandations du Haut Conseil de Santé Publique (HCSP) Une reconnaissance pour le GEPV

Manger sainement est au cœur des préoccupations des Français. Pour s'y retrouver dans les assiettes, le **Haut Conseil de Santé Publique (HCSP)** vient d'actualiser ses repères nutritionnels pour le futur **Plan National Nutrition Santé (PNNS)** 2017-2021 pour la population adulte. En résumé ? Consommons encore plus de fruits et légumes et **fêtons l'arrivée dans les recommandations officielles des légumineuses, sources de protéines végétales** ! Cette décision vient confirmer le travail réalisé par le GEPV, depuis plus de 40 ans, qui œuvre au quotidien pour valoriser l'utilisation des protéines végétales dans l'alimentation humaine.

Les protéines végétales s'invitent dans les assiettes

Actuellement, le PNNS recommande de consommer **50 % de protéines d'origine végétale et 50 % d'origine animale**, alors que les Français consomment seulement **30 à 40% de protéines végétales**. Complémentaires, elles apportent toutes deux des acides aminés essentiels.

Avec les nouveaux repères, il sera recommandé de consommer des légumineuses, sources de protéines végétales au **moins deux fois par semaine**.

Pour faciliter la tâche du consommateur, et varier les menus sans trop perturber leurs habitudes alimentaires, les fabricants ne cessent d'enrichir leurs gammes et d'annoncer de **nouveaux lancements de produits alimentaires** à base de protéines **issues de plantes** (pois, fèves, soja, lupin, etc.) **et de céréales** (blé, etc.). Cela se traduit par **une forte augmentation du nombre de produits alimentaires contenant des protéines végétales**, avec une progression de 36 % entre 2011 et 2013 et de 18 % entre 2013 et 2015, selon le baromètre GEPV¹. Ce qui représente un taux de croissance en volume de 97% en 2016 pour les substituts végétaux².



Grâce à leurs propriétés nutritionnelles, elles jouent un rôle important dans l'amélioration de la qualité des produits alimentaires dans lesquels elles sont incorporées (boulangerie, plats préparés, alimentation spécifique, etc.). Une aubaine pour les consommateurs, qui trouvent un bon moyen d'améliorer la qualité nutritionnelle de leur alimentation tout en se faisant plaisir...

CONTACT PRESSE

Agence Nutrikéo - Mélanie Lavaysse
05 47 74 53 36 - m.lavaysse@nutrikeo.com